

نموذج وصف المقرر

	١. اسم المقرر
الجمناستك الفني للرجال المرحلة الثانية	
	٢. رمز المقرر
SEGI25F2061	
	٣. الفصل / السنة
٢٠٢٤ - ٢٠٢٥	
	٤. تاريخ إعداد هذا الوصف
٢٠٢٥ - ٣ - ٦	
	٥. أشكال الحضور المتاحة
عملي	
	٦. عدد الساعات الدراسية (الكلي) / عدد الوحدات (الكلي)
٤ ساعة خلال الأسبوع / ٤ وحدات	
	٧. اسم مسؤول المقرر الدراسي (إذا أكثر من اسم يذكر)
١. د. ابي رامز عبدالغني	
	٨. اهداف المقرر
أ- الاهداف المعرفية :	
١- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تعريف (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي ، وجهاز العقلة ، وجهاز الحلق ، وجهاز حضان الحلق ، وجهاز منصة القفز) . ٢- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على معرفة قوانين وقواعد ومتطلبات اللعبة . ٣- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تنمية الصفات البدنية ، وتنمية وترقية المهارات الحركية ، والقدرات العقلية ، إذ ترفع من القدرة على التركيز ، وتنمي القدرة على التفكير والملاحظة . ٤- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على رسم السلاسل الحركية للأجهزة (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي ، وجهاز العقلة ، وجهاز الحلق ، وجهاز حضان الحلق ، وجهاز منصة القفز) . ب - الاهداف المهاراتية الخاصة بالمقرر: ب ١ - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة على بساط الحركات الارضية . ب ٢ - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز المقابض . ب ٣ - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة على جهاز حضان القفز . ب ٤- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز العقلة . ب ٥- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي . ب ٦- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز الحلق .	اهداف المادة الدراسية

ج- الاهداف الوجدانية والقيمية:

ج١- ان ينمي المقرر الدراسي روح التحدي .ج٢- ان ينمي المقرر الدراسي روح الشجاعة .ج٣- ان ينمي المقرر الدراسي الثقة بالنفس .ج٤- ان ينمي المقرر الدراسي روح الايثار .

د - المهارات العامة والتأهيلية المنقولة (المهارات الأخرى المتعلقة بقابلية التوظيف والتطور الشخصي) :
د١- مهارات السلامة والامان د٢- مهارات طرق المساعدة د٣- الاسعافات الأولية د٤- تأهيل الاصابات

٩. استراتيجيات التعليم والتعلم

الاستراتيجية

طرائق التعليم

طرائق التعلم :

- ١- الطريقة الجزئية
- ٢- الطريقة الكلية
- ٣- طريقة المحاولة والخطأ
- ٤- طريقة التعلم للتمكن

- ١- طريقة المحاضرة
- ٢- طريقة المحاضرة المطورة
- ٣- طريقة التعلم المدمج
- ٤- طريقة التعليم الالكتروني

١٠. بنية المقرر

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعلم	طريقة التقييم
١	٤ ساعة	٤ ساعة	شرح النواحي الفنية لمهارة الدرجة الامامية ضما ومهارة العجلة البشرية واهم طرق المساعدة والاختفاء الشائعة	تطبيق عملي لمهارة الدرجة الامامية والعجلة البشرية	المحاضرة
٢	٤ ساعة	٤ ساعة	شرح مهارة الدرجة الخلفية والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة ومهارة الميزان الامامي	تطبيق عملي لمهارة الدرجة الخلفية	المحاضرة
٣	٤ ساعة	٤ ساعة	شرح مهارة الوقوف على اليدين والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي للوقوف على اليدين باستخدام الوسائل التعليمية للحركة	المحاضرة
٤	٤ ساعة	٤ ساعة	تعليم مهارة الوقوف على الراس والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي لحركة الوقوف على الراس واستخدام الزميل	المحاضرة

	كمساعدة على الثبات				
المحاضرة المطورة	تطبيق الحركة عمليا من خلال استخدام المنحدر كوسيلة تعلم ومن ثم اداء الحركة	تعليم الدرجة فتحا والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	٤ ساعة	٤ ساعة	٥
المحاضرة المطورة	تطبيق الحركة تدرجيا يتم أولا من الثبات ومن ثم التدرج بالمهارة من الحركة	تعليم مهارة الغطس للطلاب والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	٤ ساعة	٤ ساعة	٦
المحاضرة المطورة	تطبيق عملي لجميع الحركات على شكل سلاسل حركية والتأكيد على تكرار الحركات	شرح تاريخ الجمباز و الحديث واهم المحاور وطرق المساعدة	٤ ساعة	٤ ساعة	٧
المحاضرة المطورة	تطبيق عملي للمهارات السابقة تطبيق عملي لحركة المرجحة الامامية والخلفية بالإبطين	شرح المرجحة الأمامية والخلفية من الارتكاز على الإبطين. والمرجحة على اليدين على جهاز المتوازي والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	٤ ساعة	٤ ساعة	٨
المحاضرة المطورة	تطبيق عملي والتعليم الطلاب على اداء الوقوف على الاكتاف ومن ثم الدرجة على الجهاز	شرح مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي والدرجة فتحا والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	٤ ساعة	٤ ساعة	٩
التعليم المدمج	تطبيق عملي على اداء الهبوط على	شرح الهبوط من المرجحة	٤ ساعة	٤ ساعة	١٠

	جهاز المتوازي	الامامية والخلفية بنصف لفة. للدخل على جهاز المتوازي والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة			
المحاضرة المطورة	تطبيق عملي للمهارات السابقة تطبيق عملي لجميع الحركات على جهاز المتوازي وقيام الطالب بأداء الحركات	شرح مادة نظرية حول اهم المحاور الجسم ووضع الالعاب بالنسبة للجهاز	٤ ساعة	٤ ساعة	١١
المحاضرة المطورة	تطبيق عملي لحركة الطلوع الامامي	شرح الطلوع من المرجحة الامامية للارتكاز على اليدين على جهاز العقلة والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة وطرقها التعليمية	٤ ساعة	٤ ساعة	١٢
التعلم المدمج	اعادة ما سبق لحركة الطلوع الامامي للارتكاز الامامي ، تطبيق لحركة الدائرة الصغيرة من الارتكاز على اليدين وقيام بربط الحركتين مع بعضهم	شرح مهارة الدائرة الخلفية الصغيرة على جهاز العقلة الواطنة والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	٤ ساعة	٤ ساعة	١٣
التعلم المدمج	تطبيق الحركة عمليا من خلال اداء المحاولات وقيام بربط حركات	شرح مهارة الهبوط الامامي على جهاز العقلة الواطنة والنواحي الفنية والاختاء الشائعة	٤ ساعة	٤ ساعة	١٤

			جهاز العقلة كسلسلة مستمرة		
١٥	٤ ساعة	امتحان نظري فصل اول + امتحان عملي فصل اول للسلاسل الحركية عطلة نصف السنة			
١٦	٤ ساعة	اعادة لجميع المهارات السابقة	المحاضرة	اعادة لجميع المهارات السابقة	
١٧	٤ ساعة	مرجحة دخول الرجل وخروجها بالتناوب والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة واهم الطرق التعليمية	تطبيق عملي للحركة	المحاضرة المطورة	مرجحة دخول الرجل وخروجها بالتناوب والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة واهم الطرق التعليمية
١٨	٤ ساعة	شرح مهارة الارتكازات على جهاز حصان المقابض السرجي الامامي والخلفي	تطبيق الحركة عمليا والممرور بجميع الارتكازات	المحاضرة المطورة	شرح مهارة الارتكازات على جهاز حصان المقابض السرجي الامامي والخلفي
١٩	٤ ساعة	شرح مهارة الهبوط الى الجهة الاخرة من الجهاز والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق الحركات السابقة وربط حركاتها على شكل سلسلة ، وتطبيق حركة الهبوط الى الجهة الاخرى	المحاضرة المطورة	شرح مهارة الهبوط الى الجهة الاخرة من الجهاز والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة
٢٠	٤ ساعة	شرح نظري لاهم طرق المساعدة في الجمناستك	تطبيق عملي للحركات لجهاز حصان ذو المقابض واداء الحركات وتكرارها على شكل سلاسل حركية	المحاضرة المطورة	شرح نظري لاهم طرق المساعدة في الجمناستك
٢١	٤ ساعة	شرح مهارة المرجحة الامامية والخلفية على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق الحركة عمليا	المحاضرة المطورة	شرح مهارة المرجحة الامامية والخلفية على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة
٢٢	٤ ساعة	شرح مهارة التعلق المقلوب وحركة الكب على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق الحركة عمليا وتكرارها وربط الحركة السابقة المرجحة بالتعلق المقلوب والكب	المحاضرة	شرح مهارة التعلق المقلوب وحركة الكب على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة

			المساعدة		
شرح الهبوط ضمنا والهبوط فتحا والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	التعليم المدمج	تطبيق الحركة عمليا وربط حركة المرجحة بالهبوط بنوعيه	شرح الهبوط ضمنا والهبوط فتحا والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	٤ ساعة	٢٣
شرح نظري لاهم القبضات المستخدمة في الجمباز	التعليم المدمج	تطبيق عملي لحركات جهاز الحلق واداء الحركات معا على شكل سلسلة حركية	شرح نظري لاهم القبضات المستخدمة في الجمباز	٤ ساعة	٢٤
شرح مهارة القفز ضمنا على جهاز القفز والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	التعليم المدمج	تطبيق الحركة القفز ضمنا على جهاز عرضا	شرح مهارة القفز ضمنا على جهاز القفز والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة	٤ ساعة	٢٥
شرح مهارة القفز فتحا على جهاز حسان القفز والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة والطرق التعليمية	التعليم المدمج	تطبيق الحركة بصورة تدريجية	شرح مهارة القفز فتحا على جهاز حسان القفز والنواحي الفنية والاختاء الشائعة وطرق المساعدة والطرق التعليمية	٤ ساعة	٢٦
شرح نظري لاهم مميزات حركات القوة والمرونة	التعليم المدمج	اعادة حركات القفز ضمنا والقفز فتحا على جهاز حسان القفز	شرح نظري لاهم مميزات حركات القوة والمرونة	٤ ساعة	٢٧
امتحان نظري فصل ثاني				٤ ساعة	٢٨
امتحان عملي للسلاسل الحركية على الاجهزة الثلاثة				٤ ساعة	٢٩
امتحان عملي نهائي لجميع اجهزة الجمناستك				٤ ساعة	٣٠

١١. تقييم المقرر

توزع الدرجة على النحو الاتي:

١. امتحان الفصل الاول ويكون من (٢٥ %) درجة ويقسم الى: ١٠ % نظري و ١٥ % عملي
٢. امتحان الفصل الثاني ويكون من (٢٥ %) درجة ويقسم الى: ١٠ % نظري و ١٥ % عملي
٣. الامتحان العملي النهائي ويكون من (٣٠ %) والامتحان النظري النهائي يكون من (٢٠ %) المجموع (٥٠ %)
٤. المجموع النهائي (١٠٠ %)

١٢. مصادر التعلم والتدريس

الكتب المقررة المطلوبة (المنهجية أن وجدت)	- الجمباز الفني لطلاب المرحلة الثانية (٢٠٢٢) الزبيدي ، والحسيناوي
المراجع الرئيسية (المصادر)	- ملزمة مواد نظرية عن تاريخ الجمناستك القديم والحديث ، واهم مبادئ الجمناستك الأساسية ، وغيرها
الكتب والمراجع الساندة التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير...)	اساسيات الجمباز الفني للرجال (٢٠٢٣) الخابوري ، واخران
المراجع الإلكترونية، مواقع الانترنت	

ع . س .
اسم وتوقيع رئيس القسم او الفرع

أ.د عمر سمير ذنون



اسم وتوقيع صاحب المقرر

١- أ.د. ابي رامي عبدالغني

٢- أ.م.د. فراس محمود علي

٣- أ.م.د. براء طارق حمدون

٤- أ.م.د. زياد طارق زيدان

Signature of the Head of the Department